

¿Por qué debería ir al dentista?

- ¡Todos los niños merecen un inicio saludable en la vida!
- ¡La salud dental es una parte importante de la salud general!
- Los problemas dentales pueden empezar temprano en la vida, tan pronto como salga el primer diente. ¡Es mucho más fácil prevenir la enfermedad dental que tratarla!
- ¡1 de cada 4 niños en edad de escuela primaria tiene caries!



El nombre de mi dentista: _____

El número de teléfono de mi dentista: _____

La dirección de mi dentista: _____

Si necesita ayuda para encontrar a un dentista que acepte Denti-Cal, llame a Servicio al Cliente Para los Beneficiarios De Denti-Cal al:
1-800-322-6384

Si vive en el Condado De Los Ángeles o Sacramento y tiene problemas con su Plan Dental o para comunicarse con su Plan Dental, llame al Departamento De Atención De Salud Administrada al:
1-888-466-2219

Si vive en el Condado De Los Ángeles o Sacramento y no sabe en qué Plan Dental está inscrito o si desea cambiar de Plan Dental, llame a Opciones De Cuidado De la Salud al:
1-800-430-4263



La salud dental empieza con el Primer Diente De su hijo

Department of Health Care Services 

¿Cuándo debe ir su hijo al dentista?

De 0 a 1 año de edad

¿Cuándo?

Debe hacer una cita para la primera consulta dental de su hijo tan pronto como salga su primer diente o cumpla un año, lo que ocurra primero. Consulte el reverso de este folleto para encontrar a un dentista de su plan.



¿Por qué?

Las caries pueden empezar tan pronto como salga el primer diente, así que es importante que la primera consulta dental de su hijo sea lo más pronto posible. En la primera consulta, pregunte cómo cepillar los dientes de su hijo y hable con su dentista acerca del flúor y de cómo puede ayudar a prevenir las caries.

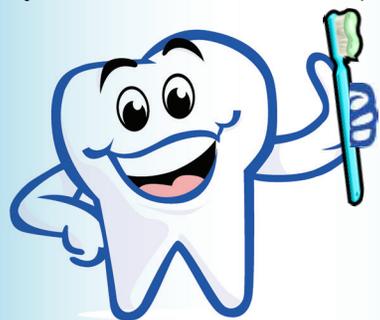
A partir de los 2 años de edad

¿Cuándo?

Cada seis meses o según lo recomiende el dentista de su hijo.

¿Por qué?

Para cuando los niños están en edad de asistir al jardín de niños, el 50% de ellos ya tiene problemas dentales.



Las consultas dentales regulares pueden ayudar a detectar las primeras señales de las caries y prevenir que se formen nuevas caries.

¿Cómo pueden ayudar los padres?

De 0 a 1 año de edad

¿Cómo puede ayudar?

Si le da el biberón a su bebé a la hora de dormir, sólo ponga agua en el biberón, no leche, fórmula para bebés, jugo ni bebidas azucaradas. Limpie suavemente las encías de su bebé con una toalla hasta que le salga el primer diente; luego cambie a un cepillo de cerdas suaves.

De 1 a 2 años de edad

¿Cómo puede ayudar?

Cepille los dientes de su hijo en la mañana y antes de la hora de dormir con una cantidad muy pequeña de pasta dental con flúor. Está pendiente de cualquier señal del inicio de desarrollo de caries (zonas calizas de color café blanuzco en los dientes cerca de las encías). Pida a su médico que aplique barniz de flúor a los dientes de su hijo en las revisiones de rutina de bienestar del niño. Su hijo ahora debe beber de una taza, no de un biberón. Dele leche o jugo únicamente en las comidas y agua entre ellas.

De 3 a 4 años de edad

¿Cómo puede ayudar?

Continúe cepillando los dientes de su hijo en la mañana y antes de la hora de dormir con una cantidad equivalente al tamaño de un chicharo de pasta dental con flúor. Los niños menores de 7 u 8 años no pueden cepillarse bien sin su ayuda, pero déjelos practicar después de que haya hecho su parte. Limite las bebidas azucaradas (refrescos, leches saborizadas y bebidas frutales) y los alimentos azucarados todos los días.

A cualquier edad

¿Cómo puede ayudar?

Usted, el padre o la madre, puede prevenir las caries. Pida a su médico que aplique barniz de flúor a los dientes de su hijo en las consultas de revisión de rutina de bienestar del niño. No comparta los cepillos de dientes. No tenga miedo de hacer preguntas. Su médico y su dentista están ahí para ayudarlo.

Más consejos útiles:

- ✓ Elija botanas más saludables. Evite dar a su hijo botanas ácidas (la acidez alta erosiona el esmalte de los dientes), pegajosas o gomosas (dejan azúcares directamente en los dientes durante periodos prolongados).
- ✓ Evite los malos hábitos. El chuparse los dedos y usar chupones después de los dos años puede provocar que los dientes salgan apiñados y torcidos o crear problemas de mordida.
- ✓ Ayude a su hijo pequeño a cepillarse en la noche. Éste es el momento más importante para cepillarse debido a que hay un riesgo más alto de desarrollar caries y placa.
- ✓ La mejor manera de enseñar a un niño la importancia del cuidado bucal es darle un buen ejemplo. Utilice hilo dental una vez al día.